FRANCE
& BELGIQUE

Commandes du mercredi 08/09 au mardi 14/09/21
Livraisons du mardi 14/09 au vendredi 17/09/21

Les figues de Barbarie, ça vaut le détour !

Le figuier de Barbarie est un cactus arborescent originaire du Mexique, adapté aux climats chauds du bassin méditérannéen. La figue de barbarie pousse avec de minuscules épines que nos producteurs brossent soigneusement, pour éviter tout désagrément lors de sa manipulation à mains nues. Elle n'a pas besoin de mûrir après récolte et se conserve idéalement autour de 6 à 10 °C. Il faut savoir que 100 g de partie comestible de figue de Barbarie apporte moins de 50 kcal. Ce fruit riche en vitamine C a une chair sucrée et juteuse à la saveur originale et extrêmement appréciée.

Pour encore plus de sûreté, on peut très bien prendre l'habitude de découper les figues de Barbarie avec un couteau et une fourchette. Voici une bonne méthode : piquez une fourchette dans la figue dans le sens de la longueur afin de la maintenir pendant que, de l'autre main, vous coupez les deux extrémités (environ 1 cm à sa base, un peu plus côté pointe). Cela fait, incisez la peau le long de la fourchette sur toute sa longueur et, à l'aide du couteau, écartez le bord de façon à dérouler la peau, qui vient alors très facilement.

Cadeau-surprise
offert dans toutes les commandes de
100 €* et plus
*hors frais de port

Commande par téléphone au **+33 (0)1 64 60 21 11** *(tous les jours de 18 à 22 heures)*,
courriel : **serviceclient@orkos.com** ou fax : **+33 (0)1 64 60 21 01**

En promotion cette semaine:

DURIAN MORN THONG DÉCORTIQUÉ

DE THAÏLANDE

Savourez la pleine saison du durian !

~~33,35 €/500g~~

-33%

à partir de 12 p.: 22,30 €/500g

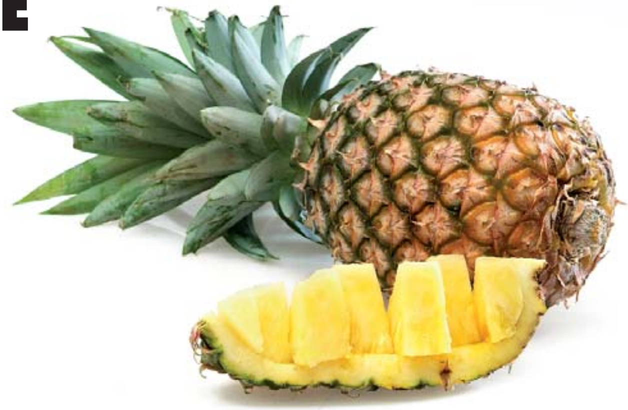
à partir de 6 p.: 25,65 €/500g

à partir de 3 p.: 29,65 €/500g

ANANAS CAYENNE

DU CAMEROUN

Goûtez la différence : ananas 100% naturel !



~~10,70 €/kg~~

-28%

à partir de 4 kg: 7,70 €/kg

Fruit de la saison

16,90 €/kg

DUKU LANGSAT DE THAÏLANDE

Le Duku Langsat est un petit fruit qui pousse en grappes de 5 à 20 fruits. Cependant, à pleine maturité, ils se détachent souvent de leur tige, ce qui n'affecte pas leur durée de conservation. La peau de couleur beige est relativement fine et peut être facilement séparée de la chair. Elle est divisée en petits segments translucides et possède un léger arôme de pamplemousse (mais sans acidité). Idéalement, le Duku Langsat doit être stocké à 12 °C et se conserve pendant environ une semaine.

5,70 €/kg

Melon Piel de Sapo

Cueilli mûr à point, chair comme arrosée de miel... Un délice !

8,30 €/kg

Pêche plate blanche

Sa chair est charnue et juteuse, son noyau est petit.

14,00 €/kg

Figue ½ tendre Col de Dame

Encore demi-fraîche, elle a commencé à sécher sur l'arbre.

7,95 €/kg

Raisin blanc Moscatel

Il a tendance à sécher sur pied.

Fruits du pays

	Pays		Prix unit.
Chirimoya	Esp	P	10,50/kg
Figue ½ tendre	Esp	P	14,00/kg
Figue de Barbarie	Esp	P	11,05/kg
Figue noire bq.	Esp	P	13,05/kg
Kiwi Hayward	Chi	S	9,20/kg
Melon Charentais	Fra	S	6,65/kg
Melon Piel de Sapo	Esp	P	5,70/kg
Myrtille bq 125g	Esp	S	4,55/p.
Nectarine jaune	Esp	P	7,85/kg
Pêche plate blanche	Esp	P	8,30/kg
Poire Conférence	Esp	P	7,35/kg
Pomme Fuji	Esp	P	6,90/kg
Pomme Gala	Esp	P	5,70/kg
Pomme Juliet	Fra	S	6,20/kg
Prune Reine-Claude	Fra	S	12,40/kg
Rais. n. Muscat Hbrg	Fra	S	10,80/kg
Raisin bl. Moscatel	Esp	P	7,95/kg

Agrumes

	Pays		Prix unit.
Citron	Esp	P	5,40/kg
Orange Valencia Late	Esp	P	5,25/kg
Pomelo Rubis	Esp	P	6,80/kg

Légumes

	Pays		Prix unit.
Ail	Esp	S	9,75/kg
Artichaut blanc	Fra	S	7,60/kg
Bengkoang	Tha	P	15,85/kg
Betterave rge ronde	Fra	S	5,75/kg
Carotte	Ita	S	5,15/kg
Céleri branche	Fra	S	6,25/kg
Céleri-rave	Fra	S	6,00/kg
Champignon de Paris	Pay	S	10,05/kg
Concombre long lisse	Esp	S	6,20/kg
Courge Chapa	Esp	P	5,10/kg
Courgette verte	Fra	S	5,55/kg
Curcuma	Per	S	13,85/kg
Fenouil	Fra	S	7,10/kg
Gingembre	Per	S	10,80/kg
Maïs doux épis	Esp	P	2,45/p.
Navet violet	Fra	S	5,50/kg
Oignon jaune	Fra	S	5,75/kg
Patate douce rose	Esp	P	5,45/kg
Poivron pointu mini	Esp	P	6,30/kg

Tomates

	Pays		Prix unit.
Tom.Coeur Boeuf rge.	Fra	P	9,55/kg
Tomate Cerise grappe	Ita	S	9,70/kg
Tomate Corazon viole	Esp	P	7,10/kg
Tomate rust. mixte	Fra	P	8,95/kg
Poivron rouge	Esp	S	7,25/kg
Poivron rouge long	Esp	P	6,35/kg
Pomme de terre	Fra	S	4,70/kg
Yacon	Tha	P	14,50/kg

Choux

	Pays		Prix unit.
Chou pointu	Fra	S	5,15/p.
Chou-fleur blanc	Fra	S	6,95/p.
Chou-rave vert	Fra	S	2,45/p.

Salades

	Pays		Prix unit
Romaine	Fra	P	2,15/p.

Baisses

Prune Reine-Claude	~~13,50/kg~~	12,40/kg	-8%
Mangue Irwin	~~15,30/kg~~	14,50/kg	-5%
Mangue Osteen mini	~~9,05/kg~~	8,65/kg	-4%
Maracuja violet	~~13,85/kg~~	12,85/kg	-7%

6,20 €/kg

Concombre long lisse

Agréablement rafraîchissant en cette période estivale.

15,85 €/kg

Bengkoang

À la fois tendre et très croquant.

10,50 €/kg

Mangue Osteen

Sa chair est fine, délicate et tout simplement exquise.

12,85 €/kg

Maracuja violet

Il peut être consommé lisse ou fripé.

11,85 €/450 ml

Sève de palmier

Une boisson exotique et originale !

Fruits exotiques

	Pays		Prix unit.	Emballage Orkos
Ananas Cayenne	Cam	P	10,70/kg	10,17/kg dès 6kg
Ananas Victoria	Cam	P	12,30/kg	11,69/kg dès 6kg
Arachide fr. coque	Cam	P	15,30/kg	14,54/kg dès 3kg
Atemoya	Tha	P	13,70/kg	13,02/kg dès 3kg
Avocat Lula	Cam	P	13,30/kg	12,64/kg dès 4kg
Avocat sauvage	Esp	P	13,25/kg	12,59/kg dès 4kg
Banane Canaries	Esp	P	8,70/kg	8,27/kg dès 5kg
Banane Figue	Cam	P	9,95/kg	9,45/kg dès 4kg
Banane Figue-Pomme	Cam	P	9,95/kg	9,45/kg dès 4kg
Banane Plantain	Cam	P	9,95/kg	9,45/kg dès 4kg
Banane Poyo	Rep	S	6,05/kg	
Banane Rose	Cam	P	11,20/kg	10,64/kg dès 4kg
Cabosse de cacao	Cam	P	13,25/kg	12,59/kg dès 2kg
Cempedak	Tha	P	27,25/kg	25,89/kg dès 5kg
Chirimoya	Esp	P	10,50/kg	9,98/kg dès 4kg
Coco Pagode Light	Tha	P	18,15/kg	17,24/kg dès 4kg
Coco sec	Cam	P	10,45/kg	9,93/kg dès 4kg
Drupe de palmier	Cam	P	15,80/kg	15,01/kg dès 1kg
Duku Langsat	Tha	P	16,90/kg	16,06/kg dès 2kg
Durian fruit Morn Th	Tha	P	30,35/kg	28,83/kg dès 6kg
Durian M-Thong 500g	Tha	P	33,35/p.	31,68/p. dès 4p.
Fruit de la passion	Cam	P	16,60/kg	15,77/kg dès 3kg
Fruit dragon blanc	Tha	P	19,90/kg	18,91/kg dès 3kg
Fruit du Dragon rge	Tha	P	19,80/kg	18,81/kg dès 3kg
Jaque	Tha	P	18,35/kg	17,43/kg dès 10kg
Longane	Tha	P	18,80/kg	17,86/kg dès 2kg
Mangue Glen	Esp	P	10,70/kg	10,17/kg dès 4kg
Mangue Irwin	Esp	P	14,50/kg	13,78/kg dès 4kg
Mangue Kensington	Esp	P	9,95/kg	9,45/kg dès 4kg
Mangue Kent	Esp	P	12,05/kg	11,45/kg dès 4kg
Mangue Osteen	Esp	P	10,50/kg	9,98/kg dès 4kg
Mangue Osteen mini	Esp	P	8,65/kg	8,22/kg dès 4kg
Maracuja	Cam	P	17,95/kg	17,05/kg dès 3kg
Maracuja violet	Esp	P	12,85/kg	12,21/kg dès 3kg
Papaye rouge	Tha	P	16,60/kg	15,77/kg dès 4kg
Papaye Solo	Cam	P	12,45/kg	11,83/kg dès 4kg
Safou	Cam	P	19,05/kg	18,10/kg dès 3kg
Sapote Amarillo	Cam	P	15,30/kg	14,54/kg dès 2kg
Sève de Palmier450ml	Tha	P	11,85/p.	11,26/p. dès 4p.

Plantes digestives

	Pays		Prix unit.	Emballage Orkos
Caroube 250g	Esp	P	2,90/p.	2,76/p. dès 12p.
Casse Fistu.déc 225g	Ind	P	9,35/p.	8,88/p. dès 10p.
Casse Fistula bâton	Cam	P	19,35/kg	18,38/kg dès 4kg
Casse Fistula bâton	Ind	P	19,95/kg	18,95/kg dès 3kg
Réglisse 200g	Esp	P	9,10/p.	
Tamarin acidulé	Per	P	16,55/kg	15,72/kg dès 2kg
Tamarin doux 1kg	Tha	P	21,95/kg	20,85/kg dès 3kg

19,90 €/kg

Fruit du dragon blanc

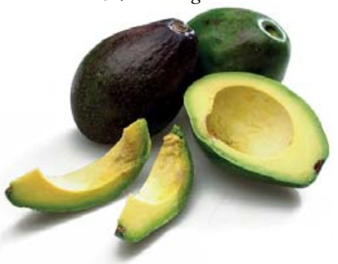
Chair fondante à la saveur fine.

18,80 €/kg

Longane

Comme le litchi, ce fruit pousse en grappes et est livré mûr, prêt à être dégusté.

13,30 €/kg



Avocat Lula

Avocat sauvage à la chair légère et agréablement sucrée.

Informations générales sur ce catalogue

Les articles de ce catalogue sont soumis aux conditions de vente d'Orkos (disponible par courriel, fax ou courrier sur simple demande). Les prix sont indiqués en euros, transport non compris. Les informations de cette brochure sont valables dans la limite des stocks disponibles et sous réserve de changements ou d'erreurs typographiques.

Vos favoris !

14,50 €/kg

Mangue Irwin

Sans fibre; chair délicate aux arômes captivants !

16,60 €/kg

Papaye rouge

Une variété très appréciée pour son goût intense.

19,05 €/kg

Safou

Bien mûr, il a un goût de fromage aux fines herbes.

9,95 €/kg

Bananes Figue et Figue-Pomme

Deux petites bananes parfumées comme un dessert de chef !

27,25 €/kg

Cempedak

Arôme puissant, sorti des profondeurs de la forêt vierge.

19,45 €/kg

Mangoustan

Sa finesse ravit les palais les plus exigeants.

Graine de Chanvre

4,45 €/250g

Texture croquante et goût rappelant la noisette !

Oléagineux

	Pays		Prix unit.	Emballage Orkos
Amande Marcona	Esp	P	9,15/kg	8,69/kg dès 5kg
Arachide sèche coque	Ira	P	17,10/kg	16,25/kg dès 5kg
Arachide violette	Per	P	18,00/kg	17,10/kg dès 5kg
Macadamia coque	Mex	P	16,20/kg	15,39/kg dès 5kg
Noisette en coque	Cat	P	11,95/kg	11,35/kg dès 5kg
Noix en coque	Esp	P	11,95/kg	11,35/kg dès 5kg
Pécan en coque	Esp	P	19,70/kg	18,72/kg dès 5kg
Pistache en coque	Esp	P	26,95/kg	25,60/kg dès 5kg
Testset oléagineux	Fra	P	24,45/p.	

Oléagineux décortiqués

	Pays		Prix unit.	Emballage Orkos	
Am.déc.Ferragnès500g	Ita	P	15,55/p.	14,77/p.	dès 6p.
Amandon décort 500g	Ira	P	13,20/p.	12,54/p.	dès 4p.
Arachi. déc.vio.500g	Per	P	10,15/p.	9,64/p.	dès 6p.
Arachide déc. 500g	Ira	P	10,05/p.	9,55/p.	dès 6p.
Cajou mondée 500g	Ind	P	19,15/p.	18,19/p.	dès 4p.
Macadamia déc. 250g	Mex	P	12,05/p.	11,45/p.	dès 6p.
N.Brésil décort.250g	Per	P	8,45/p.	8,03/p.	dès 8p.
Noisette décort 500g	Cat	P	12,05/p.	11,45/p.	dès 4p.
Noix déc. 500g.	Rou	P	12,70/p.	12,07/p.	dès 4p.
Pignon de cèdre 250g	Rus	P	12,35/p.	11,73/p.	dès 4p.
Pistache décort 500g	Esp	P	26,45/p.	25,13/p.	dès 4p.
Tournesol déc. 500g	Esp	S	4,80/p.	4,56/p.	dès 6p.

Graines

	Pays		Prix unit.
Amarante 500g	Per	P	7,45/p.
Gr. de Chanvre 250g	Fra	P	4,45/p.
Graine de Chia 250g	Arg	P	8,40/p.
Lentille verte 500g	Esp	P	5,80/p.
Lin brun 250g	Pol	P	6,45/p.
Pois chiche 500g	Esp	P	4,05/p.
Quinoa 500g	Equ	P	7,10/p.
Riz long 500g	Ita	P	3,45/p.
Sésame 500g	Eth	P	5,20/p.
Tournesol déc. 500g	Esp	S	4,80/p.

Algues séchées

	Pays		Prix unit.	Emballage Orkos
Dulse sèche 100g	Fra	P	9,10/p.	8,65/p. dès 10p.
Kombu roy. sèche100g	Fra	P	10,20/p.	9,69/p. dès 10p.
Nori sèche 100g	Fra	P	9,90/p.	9,41/p. dès 10p.
Spaghetti mer 100g	Fra	P	8,20/p.	7,79/p. dès 10p.
Wakame sèche 100g	Fra	P	11,45/p.	10,88/p. dès 10p.

Olives

	Pays		Prix unit.	Emballage Orkos	
Olive d'Espagne 400g	Esp	P	15,65/p.	14,87/p.	dès 6p.
Olive Esp. mûre 400g	Esp	P	19,45/p.	18,48/p.	dès 6p.

Testsets et packs

	Pays		Prix unit.
Pack Découverte 3kg	Fra	P	37,95/p.
Pack Découverte 6kg	Fra	P	75,90/p.
Pack Tropical 4kg	Fra	P	44,95/p.
Pack Tropical 8kg	Fra	P	89,90/p.
Testset dattes + 3FS	Fra	P	23,45/p.
Testset fruits secs	Fra	P	25,95/p.
Testset oléagineux	Fra	P	24,45/p.

Les fabuleuses mûres blanches

Le mûrier est un arbre originaire de Chine, mais est aujourd'hui présent sur tous les continents. Il en existe différentes variétés, certaines donnant des fruits rouge foncé, d'autres des fruits blancs. Le mûrier blanc est depuis plusieurs millénaires utilisé pour l'élevage du ver à soie. En effet, ce dernier se nourrit exclusivement de feuilles de mûrier blanc. Le mûrier blanc offre par ailleurs d'excellents fruits, les « mûres blanches », que nous vous proposons séchées. Ce fruit sec à la saveur de céréale soufflée enrobée de miel est vraiment délicieux. Pratique à prendre avec soi, il remplace à merveille les bonbons ou autres friandises artificielles.

13,45 €/250g

Baie de goji séchée

Son goût, un mélange entre pollen et raisin sec, relevé d'une note épicée…

4,55 €/100g

Jaque séché

Un fruit séché à la saveur originale.

27,80 €/kg

Medjool cristallisée

Ses cristaux fondent délicieusement en bouche.

Produits de la ruche

	Pays		Prix unit.
Gelée royale 25g	Esp	P	16,45/p.
Propolis brute 15g	Esp	P	9,40/p.

Pollen

	Pays		Prix unit.
Pollen Espagne 225g	Esp	P	11,60/p.
Pollen Espagne 450g	Esp	P	21,35/p.

Miels en rayon

	Pays		Prix unit.
Chêne rayon 250g	Esp	P	7,30/p.
Oranger rayon 250g	Esp	P	6,50/p.
Pain d'abeille 250g	Esp	P	8,20/p.
Romarin rayon 250g	Esp	P	6,95/p.

Autres

	Pays		Prix unit.
Casse-noix cube	Fra		19,65/p.
Ouvre-huître	Fra		4,50/p.

Soins pour la peau

	Pays		Prix unit.
Aloe Vera feuille	Esp	P	10,95/kg
Arg. verte concassée	Fra	P	8,75/p.
Argile bl. vent.500g	Fra		7,40/p.
Argile blche.ventilé	Fra		7,40/p.
Argile v.Illite 300g	Fra	P	5,30/p.
Ghassoul 1kg	Mar		8,05/kg
Ghassoul poudre 500g	Mar		5,75/p.
Tube arg.Illite 150g	Fra		4,00/p.
Tube arg.Illite 400g	Fra		9,70/p.

4,00 €/100g

Fruit du dragon rouge séché

Tendre et croustillant à la fois…

Fruits secs

	Pays		Prix unit.	Emballage Orkos	
Ananas séché 250g	Cam	P	9,15/p.	8,69/p.	dès 6p.
Baie de goji 250g	Chi	P	13,45/p.	12,78/p.	dès 8p.
Banane G.Michel 250g	Cam	P	6,80/p.	6,46/p.	dès 8p.
Banane Plantain 250g	Cam	P	5,65/p.	5,37/p.	dès 8p.
Cacao entier 200g	Cam	P	6,95/p.	6,60/p.	dès 8p.
Cacao sec pulpe 200g	Cam	P	6,90/p.	6,56/p.	dès 5p.
Caroube 250g	Esp	P	2,90/p.	2,76/p.	dès 12p.
Coco jeune séch.100g	Tha	P	5,05/p.	4,80/p.	dès 10p.
Figue bl.Col Dame ½k	Esp	P	6,75/p.	6,41/p.	dès 10p.
Figue de miel ½kg	Esp	P	6,55/p.	6,22/p.	dès 10p.
Fr.Dragon rouge 100g	Tha	P	4,00/p.	3,80/p.	dès 10p.
Jaque séché 100g	Cam	P	4,55/p.	4,32/p.	dès 4p.
Kaki sec 250g	Esp	P	13,55/p.	12,87/p.	dès 6p.
Longane sec 100g	Tha	P	4,60/p.	4,37/p.	dès 6p.
Mangue Emeraude 250g	Cam	P	11,05/p.	10,50/p.	dès 8p.
Mûre blanche 250g	Ira	P	7,90/p.	7,51/p.	dès 10p.
Papaye Solo 250g	Cam	P	9,50/p.	9,03/p.	dès 4p.
Pêche séchée 250g	Ira	P	5,70/p.	5,42/p.	dès 8p.
Physalis séché 250g	Per	P	12,30/p.	11,69/p.	dès 4p.
Raisin brun 500g	Ira	P	8,80/p.	8,36/p.	dès 4p.
Raisin n. Shani 500g	Ira	P	9,50/p.	9,03/p.	dès 4p.
Tamarin acidulé	Per	P	16,55/kg	15,72/kg	dès 2kg
Tamarin doux 1kg	Tha	P	21,95/kg	20,85/kg	dès 3kg
Testset fruits secs	Fra	P	25,95/p.		
Tomate séchée 250g	Esp	P	9,00/p.	8,55/p.	dès 4p.

Miels en pot

	Pays		Prix unit.	Emballage Orkos	
Amandier	Esp	P	10,25/p.	9,74/p.	dès 6p.
Bruyère	Esp	P	10,40/p.	9,88/p.	dès 6p.
Citronnier	Esp	P	9,95/p.	9,45/p.	dès 6p.
Forêt liquide	Esp	P	9,80/p.	9,31/p.	dès 6p.
Lavande	Esp	P	10,10/p.	9,60/p.	dès 6p.
Néflier	Esp	P	10,35/p.	9,83/p.	dès 6p.
Romarin	Esp	P	10,25/p.	9,74/p.	dès 6p.
Thym	Esp	P	10,25/p.	9,74/p.	dès 6p.

Pots de 500 g.

Dattes

	Pays		Prix unit.	Emballage Orkos	
Barhi Iran 1kg	Ira	P	17,15/p.	16,29/p.	dès 5p.
Barhi tendre 1kg	Ira	P	18,95/p.	18,00/p.	dès 5p.
Deglet-N. bran. 1kg	Tun	P	17,55/p.	16,67/p.	dès 5p.
Deglet-Nour 1kg	Tun	P	17,30/p.	16,44/p.	dès 5p.
Deglet-Nour sèche 1k	Ira	P	17,70/p.	16,82/p.	dès 5p.
Khalasah 1kg	Ara	P	16,95/p.	16,10/p.	dès 5p.
Medjool cristal. 1kg	Cal	P	27,80/p.	26,41/p.	dès 5p.
Medjool rustique 1kg	Ira	P	19,70/p.	18,72/p.	dès 5p.
Mozafati tdre crist.	Ira	P	17,65/kg	16,77/kg	dès 5kg
Sayer 1kg	Ira	P	18,10/p.	17,20/p.	dès 5p.
Shahani 1kg	Ira	P	17,35/p.	16,48/p.	dès 5p.
Testset dattes + 3FS	Fra	P	23,45/p.		
Zahidi 1kg	Ira	P	16,70/p.	15,87/p.	dès 5p.

Quantité minimale : 1 kg

13,70 €/kg

Atemoya

Un délicieux cousin asiatique du chirimoya.

12,45 €/kg

Papaye Solo

Sa chair fondante a une note framboisée.

Thaïlande

18,15 €/kg

NOIX DE COCO PAGODE LIGHT

Sa chair tendre et concentrée, et son jus abondant à l'exquise saveur chocolatée sont un festival pour les sens.

15,30 €/kg

Sapote Amarillo

Une chair dense et nourrissante à la saveur de gâteau.

17,95 €/kg

Maracuja jaune

Le grand cousin jaune du fruit de la passion.

13,25 €/kg

Cabosse de cacao

Nuances de chocolat noir...

COMMANDES	LIVRAISONS FR	LIVRAISONS BE	BANQUE
Courriel : serviceclient@orkos.com **Tél. :** +33 (0)1 64 60 21 11 *(entre 18 h et 22 h)* **Fax :** +33 (0)1 64 60 21 01	Forfait GLS : **12,95 €** Forfait « express » TNT : **21,95 €**	Forfait DPD :**13,95 €**	**France: QONTO** **IBAN:** FR76 1695 8000 0162 8545 2504 559 **BIC/SWIFT:** QNTOFRP1XXX **Belgique: Crédit agricole** **IBAN:** BE54 1030 2263 3097 **BIC:** NICABEBBXXX

P = ***Orkos-Prestige*** : toutes les garanties Orkos, contrôlées depuis le producteur jusqu'au consommateur.
S = ***Orkos-Sélection*** : produit sélectionné parmi les meilleurs du marché, selon les critères Orkos.
Les prix sont indiqués en euros, transport non compris. Conditions de vente par courriel, fax ou courrier sur simple demande. Les informations de cette brochure sont valables dans la limite des stocks disponibles et sous réserve de changements ou d'erreurs typographiques.
Adresse : Orkos – 9, rue du Château – 77650 Soisy-Bouy, France.
Les produits suivants peuvent provoquer des allergies ou des intolérances : arachide, seigle, avoine, épeautre, amande, noisette, noix de pécan, macadamia, noix, noix de cajou, pistache, céleri branche et céleri rave, sésame et moutarde.